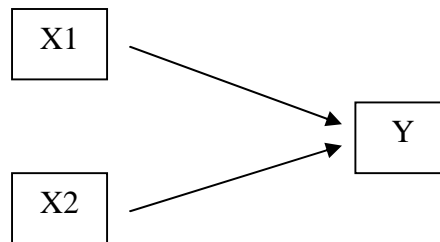


BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini termasuk penelitian deskriptif dengan menggunakan teknik korelasional, yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan atau tidak antara dua atau lebih variabel yaitu antara variabel bebas dan variabel terikat, untuk melihat adanya hubungan variabel tersebut, dilakukan dengan perhitungan statistik. Berikut ini skema desain penelitiannya:



Gambar 3.1

B. Variabel Penelitian

- a. Variabel Independen : *Self Control* (X1) dan *Self Efficacy* (X2)
- b. Variabel Dependen : Kecemasan Berbicara(Y)

C. Definisi Operasional Penelitian

Dalam penelitian ini untuk membatasi ruang lingkup penelitian, maka perlu bagi peneliti membuat definisi operasional variabel yang diteliti adalah sebagai berikut:

a. *Self Control*

Self control adalah suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku mengandung makna yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Semakin tinggi *self control* semakin intens pengendalian terhadap tingkah laku. Adapun Aspek-aspek kontrol diri yaitu:

1. Kemampuan mengatur pelaksanaan
2. Kemampuan memodifikasi stimulus
3. Kemampuan mengelola informasi
4. Kemampuan untuk mengambil tindakan yang disetujui.

b. *Self Efficacy*

Self efficacy adalah keyakinan siswa mengenai seberapa baik kemampuan dirinya dapat berfungsi dalam situasi tertentu. Adapun aspek-aspek *self efficacy* yaitu:

1. Tingkat kesulitan tugas (*level*) yaitu dimensi yang berkaitan dengan derajat kesulitan tugas ketika individu merasa mampu untuk melakukannya.

2. Luas bidang perilaku (*generality*) yaitu dimensi yang berkaitan dengan luas bidang tingkah laku yang mana individu merasa yakin akan kemampuannya. Individu dapat merasa yakin terhadap kemampuan dirinya. Apakah terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu atau pada serangkaian aktivitas dan situasi yang bervariasi.
3. Tingkat keyakinan (*strength*) yaitu dimensi yang berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuannya yang tidak mudah digoyahkan.

c. Kecemasan Berbicara

Kecemasan berbicara adalah keadaan emosi yang dirasakan oleh siswa yang meliputi perasaan gelisah, gugup, khawatir, rasa takut untuk berbicara serta kesulitan-kesulitan yang dialami siswa ketika harus berbicara atau presentasi dihadapan banyak orang, kecemasan tersebut diungkapkan dengan menggunakan skala kecemasan berbicara dimuka umum berdasarkan aspek-aspek berikut ini:

1. *Unwillingness* adalah ketidaksediaan untuk berkomunikasi, individu berusaha untuk menghindari berbicara didepan banyak orang, hal ini terjadi disebabkan karena adanya perasaan cemas, sifat introvert, dan ditandai rendahnya frekuensi partisipasi dalam berbagai situasi komunikasi.
2. *Avoiding* adalah gejala penghindaran dari partisipasi komunikasi. Terjadi karena pengalaman komunikasi yang tidak menyenangkan yang ditandai oleh

kecemasan, kurangnya pengenalan situasi komunikasi yang mempengaruhi intimasi dan empati.

3. *Control* atau rendahnya pengendalian terhadap situasi komunikasi. Terjadi karena faktor lingkungan, ketidakmampuan menyesuaikan diri dengan individu yang berbeda dan reaksi lawan bicara.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi merupakan kelompok subjek yang dikenal generaslisasi penelitian yang memiliki karakteristik- kareakteristik bersama yang membedakan dari kelompok subjek yang lain (Azwar, 2010). Populasi yang diambil dari penelitian ini tercatat sebagai siswa SMA. Maka populasi dalam penelitian ini berjumlah 515 orang.

Tabel 3.1

Data Jumlah Siswa SMAN Dharma Pendidikan Kempas Jaya Kecamatan Kempas Kabupaten Indragiri Hilir

Kelas	Jenis kelamin		Total
	Laki-Laki	Perempuan	
X	80	99	179
XI	60	101	161
XII	78	97	175
Jumlah	218	297	515

Sumber : Tata Usaha SMAN Dharma Pendidikan Kempas Jaya

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto 2010). Dalam penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini, peneliti menggunakan tolak ukur seperti yang dikemukakan oleh Arikunto, yaitu apabila besarnya populasi lebih dari 100 maka diambil 10-15% atau 20-25% atau lebih sebagai sampel. Karena populasi penelitian ini lebih dari 100, yaitu 515 orang, maka peneliti mengambil sampel sebanyak 20% dari populasi. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah 103 orang siswa SMA

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *Perposive Sampling* yang merupakan teknik pengambilan sampel yang digunakan peneliti jika peneliti mempunyai pertimbangan-pertimbangan tertentu dalam pengambilan sampelnya. (Sugioyono, 2013). Ada pun kriteria sampel dalam penelitian ini antara lain adalah, siswa SMA, berjenis kelamin laki-laki dan perempuan serta Kelas X, XI, dan XII.

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data (Arikunto, 2010) merupakan cara-cara yang dilakukan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Pengumpulan data dapat dari instrumen penelitian yang digunakan sebagai alat bantu dalam mengumpulkan data

penelitian. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala yang terdiri dari skala *self control* dan skala *self efficacy* dengan skala kecemasan berbicara. Skala ini menggunakan model skala *likert* yang telah dimodifikasi dan dibuat dalam empat alternative jawaban dengan menghilangkan jawaban netral untuk menghindari jawaban subjek yang mengelompok sehingga dikhawatirkan akan kehilangan banyak data.

1. Alat ukur Penelitian

a. Skala *Self Control*

Untuk mengungkap *self control* pada siswa SMA dengan menggunakan skala *self control*. Skala ini dimodifikasi dari skala yang dibuat oleh Riza Umami tahun 2008 yaitu Skala *self control*. Skala ini disusun dengan model skala likert yang telah dimodifikasi menjadi empat alternatif jawaban dengan menghilangkan jawaban netral. Penghilangan jawaban netral ini berguna untuk menghindari jawaban yang mengelompokkan sehingga dikhawatirkan peneliti akan kehilangan banyak data. Penilaian berkisar 1 sampai 4.

b. Skala *Self Efficacy*

Untuk mengungkap *self efficacy* pada siswa SMA dengan menggunakan skala *self efficacy*. Skala ini dimodifikasi dari skala yang dibuat oleh Martias tahun 2013 yaitu Skala *self control*. Skala ini disusun dengan model skala likert yang telah dimodifikasi menjadi empat alternatif jawaban dengan menghilangkan jawaban

netral. Penghilangan jawaban netral ini berguna untuk menghindari jawaban yang mengelompokkan sehingga dikhawatirkan peneliti akan kehilangan banyak data. Untuk penelitian ini penilaian berkisar dari 1 (satu) hingga 4 (empat).

c. Skala Kecemasan Berbicara

Untuk mengungkap kecemasan berbicara pada siswa SMA dengan menggunakan skala kecemasan berbicara. Skala ini dimodifikasi dari skala yang dibuat oleh Arfiani tahun 2007 yaitu Skala kecemasan berbicara. Skala ini disusun dengan model skala *likert* yang telah dimodifikasi menjadi empat alternatif jawaban dengan menghilangkan jawaban netral. Penghilangan jawaban netral ini berguna untuk menghindari jawaban yang mengelompokkan sehingga dikhawatirkan peneliti akan kehilangan banyak data. Untuk penelitian ini penilaian berkisar dari 1 (satu) hingga 4 (empat).

Pernyataan *Favourable* diberikan dengan ketentuan sebagai berikut:

Tabel 3.2
Kategori Skor Pernyataan Favorable

Kategori	Ket	Skor
SS	Sangat Sesuai	4
S	Sesuai	3
TS	Tidak Sesuai	2
STS	Sangat tidak sesuai	1

Sedangkan untuk penilaian pernyataan unfavorable ketiga skala diatas diberikan skor dengan ketentuan sebagai berikut:

Table 3.3

Kategori Skor Pernyataan Unfavorable

Kategori	Ket	Skor
SS	Sangat Sesuai	1
S	Sesuai	2
TS	Tidak Sesuai	3
STS	Sangat tidak sesuai	4

Tabel 3.4

Blue Print Skala *self control*/Sebelum Uji Coba/Try out

No	Indikator	Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1	Kemampuan untuk mengatur pelaksanaan	1, 2, 5, 12, 15, 21	8, 32, 33, 18, 36, 25, 19	13
2	Kemampuan memodifikasi stimulus	3, 7, 20, 22	34, 10, 37, 28	8
3	Kemampuan untuk mengolah informasi	6, 9, 23, 35	26, 27, 31	7
4	Kemampuan untuk mengambil tindakan yang diyakini atau disetujui	4, 13, 14, 17, 30	11, 16, 24, 29	9
	Jumlah	19	18	37

Tabel 3.5

Blue Print Skala *Self Efficacy*Sebelum Uji Coba/Try out

No	Apek	Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1	Tingkat kesulitan tugas	1, 21, 28	3, 9, 22, 25, 27	8
2	Luas bidang perilaku	16, 26, 10, 18, 2, 17	7, 12	8
3	Kemantapan keyakinan	4, 11, 14, 20, 29, 24	15, 6, 13, 23, 19, 8, 30, 5	14
	Jumlah	15	15	30

Tabel 3.6

Blue Print Skala Kecemasan Berbicara/Sebelum Uji Coba/Try out

NO	Aspek	Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1	Unwillingness	4, 7, 16, 18, 19, 25, 33, 41,	1, 2, 3, 9, 12, 22, 27, 31,	21

		45,50, 51	42, 49	
2	<i>Avoiding</i>	10, 11, 29, 30, 43, 53, 54,	6, 20, 21, 26, 37, 39, 48,	16
		55	52	
3	<i>Control</i>	8, 13, 14, 15, 17, 24, 34,	5, 23, 28, 32, 35, 36, 38,	23
		46, 47, 57, 58, 60	46, 44, 56, 59	
		31	29	60

2. Uji Coba Instrument

Sebelum instrument penelitian (alat ukur) ini digunakan dalam penelitian yang sebenarnya, terlebih dahulu peneliti melakukan uji coba (*Try Out*) kepada sejumlah siswa SMA Negeri 1Tempuling hal ini bertujuan untuk mengetahui tingkat validitas, guna mendapatkan item-item yang layak sebagai alat ukur. Dimana dalam pengambilan data yang dilakukan sekali saja, dan data tersebut dijadikan untuk *Try Out* dan penelitian. Ada pun data *Try Out* ini diambil sebanyak 50 orang siswa SMA.

F. Validitas dan Realibilitas

1. Validitas

Menurut Azwar (2010), validitas yang berasal dari kata *validity* merupakan hal yang berkaitan dengan ketepatan dan kecermatan suatu instrument pengukuran (tes) dalam melakukan fungsi ukurnya. Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional. Dengan demikian aitem yang koeisien $< 0,30$ dinyatakan gugur, sedangkan aitem yang dianggap valid adalah aitem dengan koeisien korelasi $> 0,30$.

Jumlah item skala *self control* yang valid dari 37 aitem adalah 22 aitem dengan koefisien totalnya berisar 0.306 sampai 0.620 dan yang gugur sebanyak 15 aitem. Adapun rincian mengenai jumlah aitem yang valid dan gugur untuk *skala self control* dapat diliha pada table 3.6 dan 3.7

Table 3.7
Rekapitulasi Hasil Uji Validitas Item Yang Valid
Pada Skala *Self Control* (X1)

No	Indikator	Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1	Kemampuan untuk mengatur pelaksanaan	2, 5,	32, 33, 36, 25,	6
2	Kemampuan memodifikasi stimulus	3, 20, 22	34, 37, 28	6
3	Kemampuan untuk mengolah informasi	9, 23, 35	26, 27, 31	6
4	Kemampuan untuk mengambil tindakan yang diyakini atau disetujui	4, 14	16, 29	4
	Jumlah	12	12	22

Table 3.8
Rekapitulasi Hasil Uji Validitas Item Yang Gugur
Pada Skala *Self Control* (X1)

No	Indikator	Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1	Kemampuan untuk mengatur pelaksanaan	1, 12, 15, 21	8, 18, 19	7
2	Kemampuan memodifikasi stimulus	7	10	2
3	Kemampuan untuk mengolah informasi	6	-	1
4	Kemampuan untuk	13, 17, 30	11, 24	5

mengambil tindakan yang diyakini atau disetujui			
Jumlah	9	6	15

Jumlah item skala *self Efficacy* yang valid dari 30 aitem adalah 25 aitem dengan koefisien totalnya berkisar 0,315 sampai 0,798 dan yang gugur sebanyak 5 aitem. Adapun rincian mengenai jumlah aitem yang valid dan gugur untuk skala *self efficacy* dapat dilihat pada tabel 3.8 dan 3.9

Tabel 3.9

Rekapitulasi hasil uji validitas item yang valid Pada skala *self efficacy* (X2)

No	Apek	Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1	Tingkat kesulitan tugas	1, 21	3, 9, 22, 25, 27	7
2	Luas bidang perilaku	16, 26, 10, 18, 2	7	6
3	Kemantapan keyakinan	4, 11, 14, 20, 29, 24	15, 6, 23, 19, 8, 30	12
	Jumlah	13	12	25

Table 3.10

Rekapitulasi Hasil Uji Validitas Item Yang Gugur Pada Skala *Self Efficacy* (X2)

No	Apek	Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1	Tingkat kesulitan tugas	28	-	1
2	Luas bidang perilaku	17	12	2
3	Kemantapan	-	13, 5	2

keyakinan			
Jumlah	2	3	5

Jumlah item skala kecemasan berbicara yang valid dari 60 aitem adalah 37 aitem dengan koefisien totalnya berkisar 0,303 sampai 0,690 dan yang gugur sebanyak 23 aitem. Adapun rincian mengenai jumlah aitem yang valid dan gugur untuk skala kecemasan berbicara dapat dilihat pada tabel 3.10 dan 3.11

Tabel 3.11

Rekapitulasi Hasil Uji Validitas Item Yang Valid
Pada Skala Kecemasan Berbicara (Y)

NO	Aspek	Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1	Unwillingness	4,16, 19, 33, 45, 51, 50	1, 3, 9, 12, 22, 27, 31, 49	15
2	Avoiding	10, 11, 29, 30, 42	21, 39, 48, 52	9
3	Control	8, 13, 14, 24, 47	5, 23, 28, 32, 35, 36, 40, 44	13
		17	20	37

Tabel 3.12

Rekapitulasi Hasil Uji Validitas Item Yang Gugur
Pada Skala Kecemasan Berbicara (Y)

NO	Aspek	Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1	Unwillingness	7, 18, 25, 41	2, 43	6
2	Avoiding	53, 54, 55	6, 20, 26, 37	7
3	Control	15, 17, 34, 46, 57, 58, 60	35, 56, 59	10
		14	9	23

2. Realibilitas

Reliabilitas berasal dari kata *reliability*, pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi maksudnya adalah pengukuran yang dapat menghasilkan data yang reliabel. Walaupun reliabilitas mempunyai berbagai nama lain seperti keterpercayaan, keajegan, konsistensi, kestabilan, dan sebagainya namun ide pokok dalam konsep reliabilitas adalah sejauhmana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya (Azwar, 2009).

Analisis statistik menggunakan bantuan *Statistical Product And Service Solution (SPSS) 17 For Windows*. Dalam aplikasinya, reliabilitas dinyatakan oleh nilai koefisien reliabilitas yang angkanya berada pada rentang 0 -1,00. Semakin tinggi nilai koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00, maka semakin baik pula reliabilitasnya. Sebaliknya, semakin rendah nilai koefisien reliabilitasnya mendekati angka nol, berarti semakin rendah pula reliabilitasnya (Azwar, 2009).

Hasil uji reliabilitas pada penelitian ini menunjukkan bahwa skala *self control* memiliki reabilitas sebesar 0.806 dan skala *self efficacy* 0.860 serta skala kecemasan berbicara 0.909.

G. Teknik Analisis Data

Regresi Ganda adalah teknik statistik yang digunakan untuk menganalisis hubungan antara satu variabel dependen dengan beberapa variabel bebas. Hair (dalam Agung 2012). Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah Regresi Ganda dengan menggunakan bantuan SPSS dengan rumus:

$$Y=a+b_1X_1+b_2X_2$$

Keterangan :

Y : Kecemasan Berbicara a : Konstanta

X₁ : *Self Control* dan X₂ : *Self Efficacy* b₁-b₂ : Koefisien Regresi

Tabel 3. 13
Jadwal Penelitian

No	Jenis Kegiatan	Masa Pelaksanaan
1	Pengajuan Sinopsis	17 Oktober 2013
2	Revisi Sinopsis	25 Oktober 2013
3	Penunjukan pembimbing	14 November 2013
4	Penyusunan Proposal Penelitian	18 Desember 2013
5	Revisi Proposal	Desember – April 2014
6	Seminar Proposal	21 Mei 2014
7	Revisi Proposal Penelitian	22 Mei - 11 Juni 2014
8	Uji coba alat ukur	16 juni 2014
9	Pengumpulan data	7 juli 2014
10	Pengolahan data	8 juli – 16 Agustus 2014
11	Penyusunan laporan penelitian	18 Agustus – 6 september 2014
12	Seminar hasil	24 Desember 2014
13	Seminar Munaqasah	21 Januari 2015